VISIT…

LANZAROTE Caliente.COM

Золотые рецепты



Г. И. ПОСКРЕБЫШЕВА

ГРИБНАЯ КУЛИНАРИЯ

Золотые рецепты

Г. И. ПОСКРЕБЫШЕВА

ГРИБНАЯ КУЛИНАРИЯ



Москва
«ОЛМА-ПРЕСС»
2000

От автора

Грибы содержат наиболее важные для человека витамины и богатейший набор микроэлементов, среди которых: железо, калий, кальций, фосфор, натрий, медь, цинк, йод, фтор, марганец, мышьяк, в дозах, обычных для растительных продуктов. В подосиновиках и подберезовиках много витамина PP, почти столько же, сколько в дрожжах и печени, а витамина D в грибах не меньше, чем в сливочном масле. В белых грибах, рыжиках и лисичках есть витамин А.

Ароматические и экстрактивные вещества не только придают свойственный грибным блюдам вкус и аромат, но и способствуют лучшему усвоению пищи. Грибы — ценный продукт питания и эффективное целебное средство.

Салаты

1. Салат из вешенок с морковью и яйцами

Вешенки свежие — 300 г,
морковь — 200 г,
яйца — 3–4 шт.,
майонез — 100 г

Вешенки промыть, нарезать соломкой и отварить в подсоленной воде. Морковь вымыть, очистить, нашинковать на крупной терке, отварить в небольшом количестве воды, добавив в нее немного сахара и масла. Яйца отварить вкрутую, очистить и нарезать мелкими кубиками. Подготовленные продукты перемешать и заправить майонезом.

2. Салат из вешенок, куриного мяса, яиц и огурцов

Вешенки свежие — 400 г,
мясо куриное отварное — 200 г, яйца — 4 шт.,
лук репчатый — 50 г,
огурцы свежие — 50 г,
майонез — 100–150 г

Вешенки промыть, нарезать соломкой, отварить в подсоленной воде. Яйца сварить вкрутую, очистить, нарубить мелкими кубиками. Лук очистить и нашинковать. Огурцы вымыть и нарезать соломкой. Отварное куриное мясо измельчить. Перемешать все подготовленные продукты, заправив майонезом.

3. Салат грибной с зеленью

Шампиньоны свежие — 200 г, чеснок — 2–3 зубчика,
укроп (зелень) — 50 г,
салат латук — 100 г,
соль — 1/4 чайной ложки,
лимонный сок — из половинки лимона

Зелень промыть, укроп мелко нарезать. Шампиньоны вымыть, нарезать тонкими пластинками, смешать с размятым чесноком и измельченным укропом, посолить, полить лимонным соком и выдержать в течение 1 часа. Салат латук нащипать кусочками и смешать с промаринованными грибами. Можно заправить по вкусу растительным маслом.

4. Салат грибной с репой и яйцами

Шампиньоны свежие — 200 г, репа — 200 г, яйца — 4 шт., майонез — 100 г, чеснок — 2–3 зубчика, соль — 1/4 чайной ложки

Шампиньоны промыть, нарезать пластинками, добавить размятый чеснок, посолить и выдержать до выделения сока. Репу вымыть, очистить и нашинковать соломкой. Яйца отварить вкрутую, очистить и нарезать мелкими кубиками. Все смешать, поливая выделившимся грибным соком, заправить майонезом.

5. Салат из кальмаров с грибами

Кальмары — 500 г, вешенки — 500 г, яйца — 4 шт., лук репчатый — 100 г, майонез — 200 г

Вешенки свежие перебрать, промыть, варить 5 мин в подсоленной воде, отжать и мелко нарезать. Кальмары вымыть, отварить в течение 3 мин и нарезать тонкой соломкой. Лук репчатый очистить, обдать кипятком и измельчить. Яйца отварить вкрутую, очистить, нарезать небольшими кубиками. Соединить все подготовленные продукты, заправить майонезом и аккуратно перемешать.

Первые блюда

6. Суп грибной из вешенок на грибном бульоне «Магги»

Грибы свежие — 300–500 г, картофель — 500 г, морковь — 100 г, лук репчатый — 100 г, масло растительное — 100 г, грибной бульонный кубик «Магги» — 1 шт., вода — 2–3 л

Грибы промыть, мелко нарезать и пожарить на растительном масле. Морковь вымыть, очистить и нашинковать на крупной терке. Лук репчатый очистить и мелко нарезать. Спассеровать измельченные лук и морковь на растительном масле. Картофель вымыть, очистить и нашинковать крупной соломкой. Залить подготовленный картофель крутым кипятком, добавить туда грибной бульонный кубик «Магги», обжаренные грибы и пассерованные овощи, довести до кипения и варить до готовности. При подаче на стол заправить сметаной и измельченной зеленью.

7. Суп грибной с пекинской капустой *(фото)*

Картофель — 200 г, шампиньоны свежие — 200 г, капуста пекинская — 200 г, лук репчатый или лук-порей — 100 г, морковь — 50 г, масло растительное — 50 г

Грибы перебрать, вымыть, мелко нарезать, обжарить на растительном масле. Морковь вымыть, очистить, нашинковать тонкой соломкой. Лук репчатый очистить, мелко нарезать, спассеровать на растительном масле вместе с нашинкованной морковью. Картофель вымыть, очистить, нарезать тонкой соломкой, залить подсоленным кипятком, проварить 7–10 мин, затем добавить обжаренные грибы и пассерованные овощи, прокипятить все еще 5 мин. При подаче на стол добавить измельченную свежую зелень.

8. Суп из белой фасоли с грибами

Фасоль белая — 200–250 г, грибы свежие — 200 — 300 г, морковь — 50 г, лук репчатый — 50 г, вода — 2–2,5 л, соль — по вкусу

Фасоль промыть, залить водой и, выдержав не менее 4 часов, отварить в этой же воде до готовности, не накрывая крышкой. Грибы перебрать, промыть, мелко нарезать и пожарить на растительном масле. Морковь вымыть, очистить, нашинковать мелкой соломкой. Лук репчатый очистить, мелко нарезать и спассеровать на растительном масле вместе с морковью. Пассерованные овощи и обжаренные грибы добавить в кипящий бульон с отварной фасолью, прокипятить все 3 мин. При подаче на стол заправить измельченной свежей зеленью.

9. Щи из свежей капусты на грибном бульоне «Магги»

Картофель — 500 г, капуста — 300 г, кубики грибные «Магги» — 2 шт.

Картофель вымыть, очистить, нарезать тонкой соломкой. Капусту также нарезать соломкой. В кипящий бульон, приготовленный из грибных бульонных кубиков «Магги», опустить картофель, проварив 5 мин, добавить капусту и варить еще 5 мин. Подавать со сметаной и мелко нарезанной свежей зеленью.



10. Суп из цветной капусты/брокколи на грибном бульоне «Магги»

Картофель — 500 г, капуста — 300 г, кубики бульонные грибные — 2 шт.

Картофель вымыть, очистить, нарезать соломкой. Капусту промыть, разобрать на букетики. В кипящий грибной бульон, приготовленный из грибных бульонных кубиков «Магги», опустить картофель, проварить 5 мин, затем добавить цветную капусту и варить еще 5 мин. При подаче заправить сметаной и посыпать мелко нарезанной свежей зеленью.

Грибной стол

11. Шампиньоны, фаршированные репчатым луком

Шампиньоны свежие — 500 г, лук репчатый — 200 г, сухари белые (не сладкие) — 100 г, чеснок — 2 зубчика, соль — по вкусу

Лук репчатый очистить, нарезать мелкими кубиками, обжарить на растительном масле до золотистого цвета. Белые несладкие сухари или крекеры измельчить на крупной терке и также обжарить на растительном масле. Перемешать обжаренные лук и сухари, добавив размятый чеснок. Шампиньоны перебрать, удалить пленку, вытереть чистой тканью. Если грибы слишком загрязненные, то предварительно их нужно вымыть холодной водой. Чистые грибы целиком опустить в кипящее растительное масло на 2–3 мин, затем выложить шляпкой вниз, уложить вокруг ножки каждого гриба начинку из лука и сухарей.

12. Шампиньоны, фаршированные паштетом

Грибы свежие — 1 кг, печень говяжья — 0,5 кг, лук репчатый — 0,5 кг, масло сливочное — 100 г, соль — по вкусу

Лук репчатый очистить, нарезать кубиками. Печень промыть, нарезать мелкими кусочками, смешать с репчатым луком, посолить и потушить все на сливочном масле под крышкой, пока лук не станет мягким. Промолоть тушеную печень с луком на мясорубке, полученный фарш взбить миксером, добавив для аромата натертый мускатный орех или размолотые семена кориандра. Грибы свежие перебрать, удалить пленки, вымыть, вытереть насухо, опустить в кипящее растительное масло на 2–3 мин. Обжаренные грибы выложить шляпкой вниз, вокруг ножки каждого гриба уложить приготовленный печеночный паштет.

13. Шампиньоны фаршированные

Отобрать крупные шампиньоны, промыть, залить крутым кипятком. Когда вода остынет, грибы вынуть, перевернуть ножкой вверх и уложить фарш.

Фарш для грибов:
1. Морковь, лук, кабачки

Все мелко порубить и пропассеровать на растительном масле. Нафаршировать грибы и залить сверху сметаной.

2. Рис отварной, яйцо сваренное вкрутую

Яйцо порубить, смешать с рисом, нафаршировать грибы и залить сверху сметаной.

3. Цветная капуста или кольраби.

Капусту мелко порубить, обжарить с сухарями, нафаршировать грибы.

Уложить грибы фаршем кверху в сковороду и запекать в духовке в течение 10 мин. К грибам подавать обжаренный хлеб с чесноком.

14. Грудка куриная, фаршированная шампиньонами

Кусок белого куриного мяса отбить деревянным молотком вместе с кусочками сливочного масла, сформировав из него тонкий ломтик. На ломтик поместить нарезанные шампиньоны и свернуть его трубочкой. Полученный рулетик уложить на листик цикорного салата, запечь в духовке, полить сверху сливочным маслом. На каждую порцию потребуется примерно 100 г куриного мяса, 50 г свежих шампиньонов и 20—30 г сливочного масла.

15. Телятина с грибами в горшочке с бульонным кубиком «Магги»

Телятина — 200 г,
грибы свежие — 200 г,
лук репчатый — 100 г,
масло сливочное — 50 г,
сметана — 50 г,
грибной бульонный кубик «Магги» — 2 шт.

Свежие грибы, лучше шампиньоны, перебрать, промыть, нарезать кусочками, лук очистить и нашинковать. Спассеровать измельченные грибы и репчатый лук на сливочном масле. Телятину промыть, нарезать кусочками, уложить в горшочек, положить туда же пассерованные грибы и лук, залить все кипящей водой, посолить и поставить в духовку, накрыв крышкой, на 30 мин. Через 30 мин добавить в каждый горшочек по столовой ложке сметаны и тушить еще 10 мин в духовке при той же температуре.

16. Курица, фаршированная грибами *(фото)*

Курица — 1 шт., шампиньоны свежие — 500 г на 1 кг куриного мяса, соль — по вкусу

Подготовленную тушку курицы (выпотрошенную, ощипанную, опаленную) промыть холодной водой, разрезать нижнюю часть тушки вдоль по грудинке от шеи до огузка. Шампиньоны промыть, удалив пленку с нижней части шляпки, треть грибов пожарить целиком на растительном масле, оставшиеся сырые грибы нарезать тонкими пластинками, посолить по вкусу и начинить ими куриную тушку. «Захлопнув» нафаршированные грибами половинки, поместить тушку на 40 мин в духовку, нагретую до 200°С. Зажаренную фаршированную тушку курицы подать на блюде, обложив её жареными шампиньонами. К такой курице можно подать чесночный, сметанно-грибной или сметанно-чесночный соус.

17. Телятина, фаршированная грибами

Свежие шампиньоны перебрать, промыть, посолить и выдержать 10–15 мин. Телятину промыть, сделать в ней надрезы-кармашки, распределив их равномерно по всей поверхности куска. В каждый кармашек поместить по одному грибочку; если грибы крупные, их разрезают на несколько частей и кладут в кармашек по одному кусочку. Часть подготовленных грибов мелко нарезать, соединить со сливочным маслом и обмазать этой смесью всю поверхность фаршированного куска телятины, обвалять в муке, завернуть в фольгу и запекать в духовке при температуре 200°С, через 10 мин уменьшить температуру до 160°С. В конце готовки фольгу развернуть для того, чтобы на поверхности телятины образовалась поджаристая хрустящая корочка. Можно запекать и без фольги. На 2–3 кг телятины берется 1 кг шампиньонов.



18. Телятина на грибной подушке

*Телятина — 1 кг,
грибы свежие — 0,5 кг,
сливки — 300 г,
лук репчатый — 200 г,
сыр — 100 г, соль —
по вкусу*

Телятину промыть, нарезать порционными кусками по 200—250 г, замочить в сливках на 1—2 часа. Грибы свежие (шампиньоны или любые другие съедобные грибы) перебрать, промыть, нарезать крупными кусками. Мелкие грибы можно не нарезать, используя их целиком. Лук репчатый (лучше брать лук сладких сортов) очистить и мелко нарезать. Сыр натереть на мелкой терке. На сковородку или противень уложить слой подготовленных грибов, затем слой репчатого лука, посолить и посыпать тертым сыром, уложить сверху вымоченные в сливках куски телятины и поместить все в духовку, разогретую до 200°С. После появления на кусках телятины румяной корочки полить мясо сливками (оставшимися после вымачивания телятины), снизить температуру духовки до 180°С и запекать еще 40—50 мин, после чего ароматное мясо можно подавать к столу.

19. Котлеты картофельные с грибами *(фото)*

*Картофель — 500 г,
грибы свежие — 500 г,
лук репчатый — 200 г.
мука — 2 ст. ложки,
соль — по вкусу*

Свежие грибы, не требующие предварительного отваривания (шампиньоны, белые, подосиновики, подберезовики, лисички и др.) перебрать, почистить, промыть, мелко нарезать и пожарить вместе с мелко нарезанным луком. Отварной очищенный горячий картофель протереть через сито и смешать с жареными грибами и луком, посолить. Добавить 2 ст. ложки муки. Сформировать из полученной массы котлеты, обвалять в сухарях и обжарить с двух сторон в сливочном и растительном масле.



20. Картофель, фаршированный грибами

Картофель — 1 кг, грибы свежие — 500 г, лук репчатый — 200 г, сыр тертый — 100 г, масло растительное 100 г, перец черный молотый, соль — по вкусу

Грибы перебрать, вымыть, мелко порезать и пожарить на растительном масле. Репчатый лук очистить, мелко нашинковать и спассеровать на растительном масле. Картофель тщательно промыть, обдать кипятком и испечь в духовке (в кожуре). Печеные картофелины разрезать вдоль на половинки и из каждой половинки вынуть часть мякоти таким образом, чтобы получились «лодочки». Вынутую мякоть размять, соединить с жареными грибами и пассерованным луком, посолить, поперчить и тщательно перемешать. Приготовленный таким образом фарш уложить в картофельные лодочки «с горочкой», посыпать сверху тертым сыром и запечь в духовке. При подаче на стол посыпать измельченной зеленью.

21. Рулетики рыбные с грибами *(фото)*

Свежие шампиньоны перебрать, промыть, измельчить. Готовые пластины рыбного филе (скумбрии, морского окуня и т. п.) посолить и поперчить, уложить на них подготовленные грибы равномерно по всей поверхности. Ломтики с начинкой свернуть рулетиками и зажарить в духовке на противне.

22. Запеканка из птицы с грибами

Индейка или курица — 1 кг, грибы свежие — 1 кг, лук репчатый — 0,5 кг, яйца — 3 шт., соль, перец черный — по вкусу

Обработанную тушку индейки или курицы нарезать крупными кусками и запечь в духовке до готовности. Отделить мясо от костей и пропустить через мясорубку. Лук репчатый очистить, мелко нарезать и обжарить на растительном масле до золотистого цвета. Грибы перебрать, промыть, нарезать пластинками и пожарить на растительном масле. Яйца взбить миксером. Соединить провернутое мясо, жареный лук и грибы, залить все взбитой яичной массой, посолить и поперчить, тщательно перемешать.

Приготовленной массой наполнить формы и запечь в духовке, нагретой до 200°С.



23. Заливное из курицы *(фото)*

Курица — 1 шт.,
лук репчатый — 100 г,
сельдерей — 100 г,
шампиньоны — 200 г,
морковь — 100 г,
брокколи — 100 г,
укроп, петрушка (зелень) — 100 г,
соль — по вкусу

Заливное можно приготовить из тушки курицы, а также из куриных шеек, лапок, крылышек. Туда же можно добавить куриные потрошки (сердце, печень, желудочки). Но они должны отвариваться отдельно. Для приготовления студня лучше брать старую курицу или петуха, из них получается более наваристый бульон, чем из молодых бройлерных цыплят.

Разделанную и тщательно промытую тушку залить водой, посолить и отварить до готовности, так, чтобы мясо легко отделялось от костей. В конце варки (примерно за 10 мин до окончания) в бульон добавить очищенный разрезанный на половинки репчатый лук и черешковый или листовой сельдерей, а также нарезанные тонкими пластинами шампиньоны.

Сваренную курицу, не вынимая из бульона, остудить, затем вынуть, отделить от костей мясо и мелко его нарезать. Уложить мясо в лотки, посыпать размятым свежим чесноком и залить все куриным бульоном, в котором варилась курица (репчатый лук и сельдерей из бульона удаляются). Кроме того, на дно лотков хорошо положить свежую зелень укропа или петрушки, нарезанную ломтиками отварную морковь и капусту брокколи, пластинки грибов, которые варились вместе с курицей. Заливное получится более вкусным, если куриное мясо смешать с мелко нарезанными куриными потрошками.

Заполненные лотки установить на холод. Когда студень застынет, можно подавать его к столу с острым соусом. К холодцу можно также подать овощной салат, маринованные овощи. Вместо лотков для разливки студня удобно использовать одноразовую посуду: стаканчики, розетки, тарелочки и т. д. Если студень трудно вынуть из лотка, следует опустить его на несколько секунд в горячую воду, естественно так, чтобы вода не попала на заливное.



24. Котлеты куриные с грибами

Мясо куриное — 1 кг, шампиньоны — 500 г, лук репчатый — 200 г, соль — по вкусу

Куриное мясо пропустить через мясорубку. Лук репчатый очистить и нашинковать. Шампиньоны промыть и очень мелко нарезать. Пассеровать подготовленные лук и грибы на курином жире, перемешать с фаршем, посолить по вкусу. Из приготовленной смеси сформировать котлеты, обмакнуть их в кляр и жарить на растительном масле.

Для кляра: 1 яйцо смешать с 1 ст. ложкой муки, добавить 2 ст. ложки воды и взбить все венчиком или миксером.

25. Вешенки, жаренные в кляре (*фото*)

Вешенки промыть в холодной воде, обрезать ножки и замариновать, для чего подготовленные грибы поместить в подходящую тару, посолить по вкусу, добавить мелко нарезанный чеснок, черный перец горошком и столовый уксус. Уложить сверху гнет, поставить на холод и выдержать не менее 2 часов. Затем обмакнуть в кляр и пожарить во фритюре. Заварной кляр готовится по следующему рецепту:

Пиво любого сорта — 700 г, мука пшеничная — 100 г, яйца — 3 шт.

Пиво нагреть до 80°С. Постепенно подмешивая, быстро заварить в нем муку. Втереть в полученную массу яйца одно за другим (следующее яйцо втирать только после того, как будет полностью вмешано предыдущее). Кляр по консистенции должен напоминать тесто для оладий.

26. Овощное ассорти с грибами

Фасоль спаржевая — 500 г, картофель — 500 г, баклажаны — 200 г, томаты спелые — 200 г, грибы свежие (шампиньоны или вешенки) — 500 г, сметана — 200 г, масло растительное — 100 г

Грибы промыть, отварить и обжарить на растительном масле. Картофель очистить, нарезать кружочками и слегка обжарить. Баклажаны и томаты вымыть, нарезать крупными кусками и обжарить. Спаржевую фасоль бланшировать 2–3 мин. Все подготовленные овощи соединить с грибами, уложить на противень, залить сметаной и запечь в духовке. Подавать с чесночно-сметанным соусом.





27. Котлеты грибные

Картофель — 1 кг, грибы свежие — 300–500 г, лук репчатый — 100 г

Картофель очистить, вымыть, отварить до готовности, залив крутым кипятком, и протереть через сито в горячем виде. Лук репчатый очистить, мелко нашинковать и спассеровать на растительном масле. Грибы промыть, мелко нарезать и пожарить на растительном масле. Пропустить жареные грибы и пассерованный лук через мясорубку, соединить с протертым картофелем и все тщательно перемешать. Из полученной массы сформировать котлеты стандартного размера и пожарить их на растительном масле, обваляв предварительно в сухарях. Подавать с грибным соусом, но можно и с чесночно-сметанным либо с томатным соусом.

28. Грибы на листьях витлуфа

Свежие шампиньоны перебрать, промыть, нарезать ломтиками. Репчатый лук очистить, мелко нарезать и пассеровать на растительном масле. Смешать подготовленные грибы и лук, уложить на салатные листья (по 2–3 ст. ложки на каждый листик), полить сметаной (1 чайная ложка на порцию) и запечь в духовке.

29. Каша перловая с грибами и овощами («Русский плов») *(фото)*

Крупа перловая — 250 г, шампиньоны — 200 г, морковь — 200 г, лук репчатый — 100 г, масло растительное — 75 г, вода — 0,7 л, соль — по вкусу

Свежие грибы (лучше шампиньоны или вешенки) перебрать, тщательно промыть, погружая их в соленую воду, сполоснуть холодной водой и мелко нарезать. Морковь вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Лук репчатый очистить и мелко нашинковать. Измельченные овощи и грибы раздельно пассеровать на растительном масле. Перловую крупу прокалить на сковороде, залить крутым кипятком, дать разбухнуть. Затем поставить на маленький огонь и варить до готовности. Кашу смешать с пассерованными овощами и грибами и подать к столу.

30. Каша ячневая с овощами и свежими грибами

Крупа ячневая — 1 стакан, лук репчатый — 50 г, морковь — 50 г, грибы свежие — 200 г, масло растительное — 50 г, вода — 3 стакана

Крупу обжарить на сухой сковороде и смешать с 1 ст. ложкой растительного масла. Лук и морковь почистить, вымыть, мелко нарезать и спассеровать на растительном масле. Грибы почистить, вымыть, отварить в подсоленной воде, мелко нарезать и обжарить на растительном масле. Грибы и овощи смешать с обжаренной крупой, залить кипятком, подсолить и варить на медленном огне, пока не сварится крупа.

31. Каша пшенная с грибами

Пшено промыть, подсушить на чистом полотенце и прокалить на сковороде, постоянно помешивая. Когда пшено прокалится (появится приятный запах), его тут же заливают кипящей водой — на 1 стакан пшена 1,5 стакана воды и 1 ст. ложку масла (любого), подсолить. Оставить до тех пор, пока пшено не разбухнет (на 15–20 мин). Затем на растительном масле пассеровать грибы, отдельно репчатый лук. Все добавить в кашу, осторожно перемешав, и поставив кашу на очень медленный огонь, доварить. Если оказалось, что жидкости маловато, добавьте кипящее молоко или кипящую воду. Каша получается рассыпчатой и очень душистой.

Соусы и приправы

32. Приправа грибная с баклажанами

Грибы свежие — 500 г, баклажаны — 500 г, томаты — 500 г, лук репчатый — 500 г, петрушка (коренья) — 500 г, масло растительное — 200 г, соль — по вкусу

Грибы перебрать, промять, мелко нарезать и отварить в подсоленной воде, затем обжарить на растительном масле. Баклажаны вымыть, мелко нарезать и вымочить в подсоленной воде в течение 2 часов. Коренья и лук очистить, вымыть, мелко нашинковать. Томаты вымыть и мелко нарезать. Измельченные овощи и коренья спассеровать на растительном масле и, соединив с грибами, уложить в кастрюлю, нагреть все до кипения и прокипятить 20 мин, посолить по вкусу.

33. Приправа грибная с кабачками

Грибы свежие — 500 г, кабачки — 500 г, томаты — 500 г, пастернак — 500 г, лук репчатый — 500 г, масло растительное — 200 г, соль — по вкусу

Грибы перебрать, промыть, мелко порезать и отварить в подсоленной воде, откинуть на сито и затем обжарить на растительном масле. Лук и коренья почистить, вымыть, мелко нашинковать. Молодые кабачки и томаты вымыть, мелко нарезать. Измельченные кабачки, пастернак, лук и томаты пропассеровать на растительном масле, соединить с грибами, уложить в кастрюлю и прокипятить 20 мин, посолить.

34. Соус грибной с баклажанами и томатами

Грибы свежие — 200 г, баклажаны — 200 г, томаты — 200 г, лук репчатый — 100 г, масло растительное — 100 г, соль — по вкусу

Баклажаны и томаты вымыть, нарезать кусочками. Лук репчатый очистить и нарезать. Соединить нарезанные баклажаны, томаты и лук, добавить немного воды и 50 г растительного масла, потушить на медленном огне до готовности. Грибы перебрать, вымыть, почистить, отварить и пожарить на растительном масле, провернуть вареные грибы вместе с тушеными овощами через мясорубку, все посолить и взбить миксером.

35. Соус грибной из вешенок

Грибы свежие — 500 г, лук репчатый — 100 г, сливки — 200 г, мука — 2–3 ст. ложки

Грибы промыть, пропустить через мясорубку и жарить на растительном масле, добавив в конце 2–3 ст. ложки муки, чтобы она успела подрумяниться. Лук репчатый очистить и мелко нарезать, пассеровать на растительном масле, смешать с приготовленными грибами. Залить все сливками и довести до кипения, посолить по вкусу. Такой соус облагородит любое блюдо. Его можно подать к отварным овощам и к макаронным изделиям. Хорош он для мясных и рыбных вторых блюд.

36. Соус грибной с кабачками

Грибы свежие — 200 г, кабачки — 300 г, томаты — 200 г. лук репчатый — 100 г, сметана — 50 г, масло растительное — 100 г, соль — по вкусу

Кабачки вымыть, очистить от кожуры, освободить от семян и порезать кружочками. Томаты вымыть и нарезать кружочками. Лук репчатый очистить и нашинковать. Измельченные кабачки, томаты и лук спассеровать на растительном масле, залить водой (200 г) и отварить. Грибы перебрать, почистить, вымыть, мелко нарезать, отварить в воде и пожарить на растительном масле. Соединить отваренные овощи вместе с отваром и жареные грибы, добавить сметану, посолить и взбить миксером.

37. Соус грибной со сметаной

Грибы шампиньоны свежие — 200 г, лук репчатый — 50 г, морковь — 100 г, масло растительное — 50 г, сметана — 100 г, соль — по вкусу

Грибы перебрать, вымыть, мелко порезать и пожарить на растительном масле. Лук очистить и мелко порезать. Морковь вымыть, поскоблить и нашинковать на крупной терке. Спассеровать лук и морковь на растительном масле. Соединить пассерованные овощи с жареными грибами, посолить, залить сметаной и нагреть до кипения. При необходимости, если соус покажется слишком густым, вместе со сметаной можно добавить 100–200 г воды.

38. Соус грибной из опят

Опята свежие — 200 г, лук репчатый — 50 г, морковь — 50 г, пастернак — 50 г, масло растительное — 50 г, молоко или сливки — 150–200 г, соль — по вкусу

Грибы промыть в соленой воде, хорошо отжать, мелко порубить и тушить в масле на медленном огне в течение 30 мин. Нашинковать очень мелко лук, морковь и корень пастернака, пассеровать на растительном масле 3 мин. Грибы и пассерованные овощи соединить, залить кипящим молоком и кипятить на медленном огне 5 мин.

39. Икра овощная с грибами

Грибы свежие — 500 г, лук репчатый — 200 г, пастернак (коренья) — 200 г, морковь — 100 г, перец черный молотый — 5 г, масло растительное — 100 г, соль — по вкусу

Грибы свежие перебрать, почистить, вымыть и отварить. Затем порезать и поджарить на растительном масле. Лук, морковь и пастернак почистить, вымыть, нашинковать и пассеровать на растительном масле 3 мин. Жареные грибы и пассерованные овощи пропустить через мясорубку, посолить, поперчить и тщательно перемешать. Хранить такую икру, если она не употребляется сразу, нужно в холодильнике, не допуская замораживания.

40. Икра грибная

Грибы свежие — 1 кг, лук репчатый — 300 г. перец черный молотый — 5 г, масло растительное — 150 г, соль — по вкусу

Грибы перебрать, почистить, промыть, отварить в подсоленной воде и, порезав, поджарить на растительном масле вместе с луком. Затем пропустить всю массу через мясорубку, подсолить, поперчить и перемешать. Вместо свежих грибов для приготовления икры можно взять 200 г сушеных. Перед отвариванием их необходимо замочить на несколько часов в воде. В дальнейшем приготовление икры производится таким же образом, как и из свежих грибов.

41. Икра грибная из вешенок

Грибы свежие — 1 кг. лук репчатый — 300 г, масло растительное — 100 г, соль — по вкусу

Грибы промыть, мелко нарезать и пожарить на растительном масле. Лук репчатый очистить, нашинковать и пассеровать на растительном масле. Жареные грибы пропустить через мясорубку, перемешать с подготовленным луком, посолить по вкусу. Полученную массу разложить в формочки и охладить.

42. Икра овощная с шампиньонами

Шампиньоны свежие — 500 г, лук репчатый — 200 г, пастернак — 200 г, морковь — 100 г, перец черный молотый — по вкусу, масло растительное, соль — по вкусу

Шампиньоны свежие перебрать, почистить, вымыть. Затем их нарезать и поджарить на растительном масле. Лук, морковь и пастернак почистить, вымыть, нашинковать и пассеровать 3 мин. После этого шампиньоны и овощи пропустить через мясорубку, посолить, поперчить и тщательно перемешать. Хранить такую икру, если она не употребляется сразу, следует в морозильной камере.

43. Масло грибное из вешенок

Масло сливочное — 1 часть, грибы свежие — 1 часть

Грибы промыть, мелко нарезать и обжарить на сливочном масле до золотистого цвета, пропустить через мясорубку. Сливочное масло размять, соединить с измельченными грибами и все тщательно растереть и перемешать. Добавленный в эту смесь морковный сок обогатит масло витаминами и придаст ему более привлекательный нарядный вид.

44. Масло грибное из опят

Масло сливочное — 250 г, грибы опята свежие — 200 г, лук репчатый — 50 г

Грибы перебрать, промыть и пожарить до золотистого цвета на сливочном масле. Лук репчатый очистить, мелко нарезать и также пожарить на сливочном масле (отдельно от грибов!). Остуженные до комнатной температуры жареные грибы и лук соединить со сливочным маслом той же температуры и все растереть в однородную массу.

45. Масло салатное со свежими грибами

Масло растительное — 500 г, грибы свежие — 150 г

Свежие грибы (рыжики, шампиньоны, опята, белые грибы) перебрать, очистить от мусора, вымыть и очень мелко нарезать кусочками одинакового размера. Растительное масло нагреть до кипения, в раскаленное масло поместить грибы и обжаривать их до тех пор, пока они не станут золотистыми и хрустящими. Остывшее масло вместе с грибами вылить в бутылку, закрыть пробкой, хранить при комнатной температуре.

Заготовки

46. Грибы белые маринованные

1. Вода — 1 л, уксус натуральный — 100 г, соль — 50 г.
2. Вода — 1 л, уксус яблочный — 200 г, соль — 50 г, сахарный песок — 100 г

Для маринования используют молодые, плотные, не перезревшие грибы. Их нужно перебрать, очистить от мусора и земли, тщательно промыть в холодной воде, отварить, затем отвар слить, грибы сполоснуть питьевой водой, залить маринадом и варить на медленном огне, пока не осядут на дно, затем разлить в стерильные банки и сразу же закатать крышками.

1. Лавровый лист — 1 шт., перец черный (горошек) — 5 шт., перец душистый (горошек) или гвоздика — 3 шт.
2. Цедра лимонная измельченная — 1 чайная ложка, эстрагон (зелень свежая) — 2–3 веточки.
3. Перец черный (горошек) — 5 шт., укроп (зонтики) — 2–3 шт.

В маринад перед варкой грибов необходимо добавить 2–3 вида пряных специй. Приведем несколько вариантов на 1 л маринада:

Чтобы получить маринованные грибы с хвойным ароматом, вместо пряностей в маринад нужно добавить веточку (молодую) ели или сосны. Вместо пряных специй можно также вложить на 1 л маринада 3–5 молодых листочков черной смородины либо 8–10 молодых вишневых листьев.

47. Вешенки маринованные *(фото)*

Мариновать лучше не переросшие, не развернувшиеся грибы. Мелкие используют целиком, крупные нарезают в виде лапши. Вешенки перебрать, очистить от мусора и земли, тщательно промыть, залить маринадом, добавить выбранный по вкусу набор специй и варить, пока грибы не осядут на дно. Затем кипящую массу разлить в стерильные банки и закатать.

48. Грибы отварные замороженные

Любые съедобные грибы перебрать, очистить от мусора и земли, тщательно промыть, крупные — разрезать на части, отварить до готовности в подсоленной воде (пока грибы не осядут на дно кастрюли). Сваренные грибы отцедить через дуршлаг, разложить в пищевые полиэтиленовые пакеты и поместить в морозильную камеру.

49. Грибы жареные замороженные

Грибы свежие (опята или вешенки) перебрать, промыть, крупные — разрезать на части, обжарить на растительном масле, посолить по вкусу, остудить, разложить в пищевые полиэтиленовые пакеты и заморозить.



50. Шампиньоны маринованные

Для маринования лучше использовать молодые, не переросшие грибы, с не развернувшимися шляпками. Шампиньоны перебрать, очистить от мусора и земли, у шляпок удалить белую пленку с нижней стороны. Тщательно промыв холодной водой, залить маринадом, положить пряности и отварить, пока грибы не осядут на дно кастрюли. Затем кипящую массу разлить в стерильные банки и закатать.



Галина Ивановна Поскребышева – член Московской ассоциации кулинаров, обладательница серебряной медали ВДНХ за уникальные рецепты домашнего консервирования, автор и ведущая телевизионных передач "Домашний очаг" и "Русский огород". Более 35 лет она изучает целебные свойства овощей, плодовых и ягодных культур, собирает и совершенствует народные рецепты кулинарии и целительства.

Золотые рецепты

ГРИБНАЯ КУЛИНАРИЯ

В старину во время постов грибы считались чуть ли ни основной пищей, да и на царском столе грибы занимали видное место. Грибные блюда полезны всем, за исключением тех, кто страдает болезнями печени и кишечника.

Поскребышева

Maggi

Магги – вкус к творчеству!



ОЛМА-ПРЕСС

